شب بیداری

رفیع الدین ہاشمی

منشورات

نام کتاب	:	شب بیداری
مصنف	:	رفیع الدین ہاشمی
طبع اول	:	دسمبر ۱۹۹۸ء
تعداد	:	۵۰۰۰
طبع دوم	:	نومبر ۱۹۹۹ء
تعداد	:	۴۰۰۰
کوڈ	:	04052
ناشر	:	منشورات، منصورہ، ملتان روڈ، لاہور۔ ۵۴۵۷۰
		فون: 5434909-5425356
		فیکس: 042-5432194
		ای میل: manshurat@hotmail.com
مطبع	:	سلیم تنویر پریس، بند روڈ، لاہور۔

قیمت : ۷ روپے

بسم اللہ الرحمٰن الرحیم

دیباچہ

شب بیداری کی حیثیت، ایک ایسے عمل کی ہے، جس کے ذریعے فرد کو اپنی ذات میں جھانکنے، اپنے اعمال و افعال کا جائزہ لینے اور بہ حیثیت مجموعی خود احتسابی کا موقع ملتا ہے۔ اس کی روشنی میں وہ اپنے آیندہ شب و روز کی بہتر صورت گری کر سکتا ہے۔ شب بیداری کے ذریعے فرد کو جو روحانی قوت اور داخلی توانائی میسر آتی ہے، وہ اجتماعی طور پر، معاشرے میں استحکام اور ملّت کی شیرازہ بندی میں معاون ہو سکتی ہے۔ افسوس ہے کہ مسلمان قوت و توانائی کے اس مخفی خزانے سے غافل ہو گئے۔ زیرِ نظر کتابچے میں ''شب بیداری'' کی اہمیت اور حکمتوں کو واضح کرنے کی کوشش کی گئی ہے۔

یہ کتابچہ پہلی بار ۱۹۷۵ء میں، راقم کے قلمی نام سے شائع ہوا تھا۔ اب اسے بعض ترامیم اور اضافوں کے ساتھ پیش کیا جا رہا ہے۔

مختلف اوقات میں مولانا حکیم عبدالرحمٰن ہاشمی (وفات، ۱۲ جولائی ۱۹۹۷ء) محترم خرم مراد (وفات، ۲۰ دسمبر ۱۹۹۶ء) اور مولانا عاصم نعمانی نے زیرِ نظر مسوّدہ دیکھا اور مفید مشوروں سے نوازا۔ راقم جملہ اصحاب کا سپاس گزار اور ان کے لیے دعا گو ہے۔ اللہ تعالیٰ مرحومین کی نیکیوں کو، ان کے لیے رحمت اور مغفرت کا باعث بنائے، آمین!

رفیع الدین ہاشمی

۲۰ نومبر ۱۹۹۸ء

بسم اللہ الرحمٰن الرحیم

شب بیداری کے لغوی معنی ''رات کو جاگنے'' کے ہیں، مگر یہ ''رَت جگا'' دنیاوی ضروریات یا مقاصد کے لیے نہیں اور نہ ہمیشہ اور ساری ساری رات کا جاگنا ہے جس سے دن کے معمولات متاثر ہوں۔ شب بیداری کا اصل مفہوم یہ ہے کہ رات کے کچھ حصّے میں بیدار ہو کر اللہ تعالیٰ جلّ شانہٗ کی عبادت کی جائے، اس سے گناہوں کی معافی مانگی جائے اور اس سے مغفرت اور رحمت طلب کی جائے۔

✿ فضیلت و اہمیّت:

شب بیداری یا محض رات کو جاگتے رہنا، فی نفسہٖ کوئی مستحسن یا مطلوب چیز نہیں، اس کی فضیلت یا درجہ جو کچھ بھی ہے، اس کے مقصد سے وابستہ ہے اور وہ مقصد ذکرِ الٰہی ہے۔ چونکہ شب بیداری میں معنویّت عبادتِ الٰہی سے پیدا ہوتی ہے لہٰذا اس کی فضیلت و اہمیّت کو بھی کلامِ الٰہی اور فرامینِ نبویؐ کے حوالے سے دیکھنا ضروری ہے۔

قرآن پاک اور احادیثِ نبویؐ میں عبادتِ شب اور رات کی تنہائیوں میں ذکرِ الٰہی کا تذکرہ بڑے اہتمام و التزام کے ساتھ کیا گیا ہے۔ عبادتِ شب کی فضیلت کے پیشِ نظر، اللہ تعالیٰ نے اسے اپنے پسندیدہ اور اطاعت گزار بندوں کی صفت قرار دیا ہے۔ شب کو بیدار رہ کر عبادت کرنے والوں کو جنت کی بشارت دی ہے۔ اہلِ ایمان و تقویٰ کے اوصاف بیان کرتے ہوئے قرآن حکیم نے ان کی ایک اہم صفت یہ بیان فرمائی ہے کہ وہ اپنی نیند کو قربان کرتے ہوئے راتوں کو اللہ تعالیٰ کے حضور سجدہ ریز ہوتے اور اس سے مغفرت طلب کرتے ہیں۔ ''عبادالرحمٰن'' کے تذکرے میں فرمایا:

○ وَالَّذِيْنَ يَبِيْتُوْنَ لِرَبِّهِمْ سُجَّدًا وَّقِيَامًا ○ (الفرقان ۲۵:۶۴) [رحمٰن کے (حقیقی) بندے وہ ہیں] جو اپنے ربّ کے حضور سجدے اور قیام میں راتیں گزارتے ہیں۔

○ كَانُوْا قَلِيْلًا مِّنَ الَّيْلِ مَا يَهْجَعُوْنَ ○ وَبِالْاَسْحَارِ هُمْ يَسْتَغْفِرُوْنَ ○ (الذاریات ۵۱:۱۷، ۱۸) راتوں کو کم ہی سوتے تھے پھر وہی رات کے پچھلے پہروں میں معافی مانگتے تھے۔

○ تَتَجَافٰى جُنُوْبُهُمْ عَنِ الْمَضَاجِعِ يَدْعُوْنَ رَبَّهُمْ خَوْفًا وَّطَمَعًا (السجدہ ۳۲:۱۶) ان کی پیٹھیں بستروں سے الگ رہتی ہیں۔ وہ اپنے ربّ کو خوف اور طمع کے ساتھ پکارتے ہیں۔

○ اَمَّنْ هُوَ قَانِتٌ اٰنَآءَ الَّيْلِ سَاجِدًا وَّقَآئِمًا يَّحْذَرُ الْاٰخِرَةَ وَيَرْجُوْا رَحْمَةَ رَبِّهٖ ط (الزمر ۳۹:۹) [کیا اس شخص کا انجام کسی مشرک جیسا ہو سکتا ہے] جو اللہ کا فرماں بردار ہو، رات کے اوقات میں کھڑا رہتا اور سجدے کرتا رہتا ہو، آخرت سے ڈرتا اور اپنے ربّ کی رحمت سے امید لگائے ہوئے ہو۔

○ اَلصّٰبِرِيْنَ وَالصّٰدِقِيْنَ وَالْقٰنِتِيْنَ وَالْمُنْفِقِيْنَ وَالْمُسْتَغْفِرِيْنَ بِالْاَسْحَارِ (آل عمرٰن ۳:۱۷) یہ لوگ صبر کرنے والے ہیں، راست باز ہیں، فرماں بردار اور فیاض ہیں اور رات کی آخری گھڑیوں میں اللہ سے مغفرت کی دعائیں مانگا کرتے ہیں۔

یہاں رات کی عبادت سے مراد تہجد کی نماز ہے۔ اللہ تعالیٰ جل شانہٗ نے براہ راست رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کو عبادت شب یعنی نماز تہجد کا حکم دیتے ہوئے فرمایا:

○ وَمِنَ الَّيْلِ فَتَهَجَّدْ بِهٖ نَافِلَةً لَّكَ ق صلے عَسٰٓى اَنْ يَّبْعَثَكَ رَبُّكَ مَقَامًا مَّحْمُوْدًا ○ (بنی اسرائیل ۱۷:۷۹) رات کو تہجد کی نماز پڑھو۔ یہ تمھارے لیے نفل ہے۔ بعید نہیں کہ تمھیں تمھارا ربّ مقام محمود پر فائز کرے۔

ایک اور مقام پر آپؐ کو اس طرح تاکید فرمائی:

○ يٰٓاَيُّهَا الْمُزَّمِّلُ ۙ قُمِ الَّيْلَ اِلَّا قَلِيْلًا ۙ نِّصْفَهٗٓ اَوِ انْقُصْ مِنْهُ قَلِيْلًا ۙ اَوْ زِدْ عَلَيْهِ وَرَتِّلِ الْقُرْاٰنَ تَرْتِيْلًا ۙ (المزمّل ۷۳:۱-۴) اے اوڑھ لپیٹ کر سونے والے' رات کو نماز میں کھڑے رہا کرو مگر کم' آدھی رات یا اس سے کچھ کم کر لو یا اس سے کچھ زیادہ بڑھا دو اور قرآن کو خوب ٹھہر ٹھہر کر پڑھو۔

یہاں اگرچہ خطاب براہ راست نبی اکرمؐ سے ہے لیکن بالواسطہ عبادتِ شب کی تلقین اُمت کو بھی کی گئی ہے۔ اُمت کے لیے لازم ہے کہ وہ نبیؐ کے ہر چھوٹے بڑے عمل میں ان کی پیروی کرے۔

رسول اکرمؐ نے احادیث میں بہ کثرت ''شب بیداری'' اور نماز تہجد کی تاکید کی ہے۔ چند احادیث ملاحظہ ہوں:

□ عَنْ اَبِیْ اُمَامَةَ قَالَ رَسُوْلُ اللّٰهِ ﷺ عَلَيْكُمْ بِقِيَامِ اللَّيْلِ فَاِنَّهٗ دَاْبُ الصَّالِحِيْنَ قَبْلَكُمْ وَهُوَ قُرْبَةٌ لَّكُمْ اِلٰى رَبِّكُمْ وَمُكَفِّرَةٌ لِلسَّيِّاٰتِ وَمَنْهَاةٌ عَنِ الْاِثْمِ (ترمذی) حضرت امامہؓ کا بیان ہے کہ نبیؐ نے فرمایا: تہجد کی نماز کا التزام کیا کرو۔ یہ تم سے پہلے کے نیک لوگوں کی خصلت ہے اور خدا سے تمھیں قریب کرنے والی اور گناہوں کے برے اثرات مٹانے والی اور معاصی سے روکنے والی چیز ہے۔

□ عَنْ اَبِیْ هُرَيْرَةَ قَالَ قَالَ رَسُوْلُ اللّٰهِ ﷺ اَفْضَلُ الصَّلٰوةِ بَعْدَ الصَّلٰوةِ الْمَكْتُوْبَةِ الصَّلٰوةُ فِیْ جَوْفِ اللَّيْلِ (مسلم) حضرت ابو ہریرہؓ سے روایت ہے کہ آپؐ نے فرمایا فرض نماز کے بعد سب سے افضل نماز نصف شب میں پڑھی جانے والی (تہجد کی) نماز ہے۔

□ وَعَنْ جَابِرٍ قَالَ سَمِعْتُ النَّبِیَّ ﷺ يَقُوْلُ اِنَّ فِی اللَّيْلِ لَسَاعَةً لَا يُوَافِقُهَا رَجُلٌ مُسْلِمٌ يَسْئَلُ اللّٰهَ فِيْهَا خَيْرًا فِیْ اَمْرِ الدُّنْيَا وَالْاٰخِرَةِ اِلَّا اَعْطَاهُ وَذٰلِكَ كُلَّ لَيْلَةٍ (مسلم) حضرت جابرؓ سے روایت ہے کہ نبیؐ نے فرمایا: رات میں ایک ساعت ہے۔ اگر اس میں کوئی مسلمان' دین و دنیا کی

بھلائی کی دعا مانگے تو خداوند تعالیٰ اس کو عطا فرمادیتا ہے اور یہ ساعت ہر رات میں ہوتی ہے۔

□ عَنْ اَبِیْ سَعِیْدِ نِ الْخُدْرِیِّ قَالَ قَالَ رَسُوْلُ اللّٰہِ ﷺ ثَلٰثَۃٌ یَضْحَکُ اللّٰہُ اِلَیْھِمُ اَلرَّجُلُ اِذْ قَامَ بِاللَّیْلِ یُصَلِّیْ وَالْقَوْمُ اِذَا صَفُّوا فِی الصَّلٰوۃِ وَالْقَوْمُ اِذَا صَفُّوا فِیْ قِتَالِ الْعَدُوِّ (مشکوٰۃ شریف ' جلداوّل) حضرت ابوسعید خدریؓ سے روایت ہے کہ رسولؐ اللہ نے فرمایا: تین شخص ہیں جنھیں دیکھ کر اللہ خوش ہوتا ہے اور ان سے راضی رہتا ہے۔ ایک تو وہ شخص جو رات کو اُٹھ کر نماز پڑھے۔ دوسرے وہ لوگ جو نماز کے لیے صفوں کو برابر درست کریں اور تیسرے وہ لوگ جو دشمن کے مقابلے پر لڑنے کے لیے صفوں کو ترتیب دیں۔

□ عَنْ اَبِیْ ھُرَیْرَۃَ قَالَ قَالَ رَسُوْلُ اللّٰہِ ﷺ یَنْزِلُ رَبُّنَا تَبَارَکَ وَتَعَالٰی کُلَّ لَیْلَۃٍ اِلَی السَّمَآءِ الدُّنْیَا حِیْنَ یَبْقٰی ثُلُثُ اللَّیْلِ الْاٰخِرِ یَقُوْلُ مَنْ یَدْعُوْنِیْ فَاَسْتَجِیْبَ لَہٗ مَنْ یَسْاَلُنِیْ فَاُعْطِیَہٗ مَنْ یَسْتَغْفِرُنِیْ فَاَغْفِرَلَہٗ (بخاری - مسلم) حضرت ابوہریرہؓ سے روایت ہے کہ آپؐ نے فرمایا: ہر رات جب اس کا آخری تہائی حصہ باقی ہوتا ہے' اللہ تعالیٰ عزوجل روزانہ رات کے وقت دنیا کے آسمان پر نزول فرماتا ہے اور ارشاد فرماتا ہے: کون ہے جو مجھ سے دعا کرے اور اس کی دعا قبول کروں۔ کون ہے جو مجھ سے مانگے اور میں اس کے سوال کو پورا کروں۔ کون ہے جو مغفرت چاہے اور میں اسے بخش دوں۔

رمضان' دوسرے مہینوں کی نسبت زیادہ بابرکت اور مقدس مہینہ ہے۔ اس حوالے سے' ایک اور حدیث پاک میں یہی مضمون زیادہ تفصیل اور اضافے کے ساتھ بیان ہوا ہے۔

حضرت عبداللہ ابن عباسؓ سے روایت ہے کہ انھوں نے رسولؐ اللہ کو یہ فرماتے

سنا: ماہِ رمضان کی ہر رات' اللہ عزوجل کے حکم سے ایک پکارنے والا تین دفعہ پکارتا ہے: کوئی ہے مانگنے والا؟ جو وہ مانگے گا' میں اسے دوں گا۔ کوئی ہے توبہ کرنے والا؟ میں اس کی توبہ قبول کروں گا۔ کوئی ہے استغفار کرنے والا؟ میں اس کے گناہ بخش دوں گا۔ کوئی ہے جو قرض دے ایسی ذات کو جو خالی ہاتھ نہیں' خزانوں سے مالا مال ہے' جو اپنے وعدوں کے مطابق پورا پورا عطا کرتی ہے' بغیر کسی کمی یا ظلم کے۔

جب شب قدر آتی ہے' تو اللہ عزوجل کے حکم سے جبریل' فرشتوں کے ایک ہجوم کے ساتھ' نیچے اُترتے ہیں۔ ایک سبز جھنڈا ان کے ساتھ ہوتا ہے' جسے وہ خانہ کعبہ کی چھت پر نصب کر دیتے ہیں' اور اپنے سو (۱۰۰) پروں میں سے دو پر بھی کھول دیتے ہیں جو صرف اسی رات کھولے جاتے ہیں' یہاں تک کہ وہ مشرق سے مغرب تک کو ڈھانپ لیتے ہیں۔ پھر جبریل کے کہنے سے فرشتے اللہ کے حضور کھڑے ہونے والے' بیٹھنے والے' نماز پڑھنے والے اور ذکر کرنے والے آدمی کو سلام کرتے ہیں' ان سے مصافحہ کرتے ہیں' اور ان کی دعاؤں پر آمین کہتے ہیں' یہاں تک کہ فجر ہو جاتی ہے۔

فجر کے وقت' جبریلؑ پکارتے ہیں: اے فرشتو! اب چلو' اب چلو۔ فرشتے پوچھتے ہیں: اے جبریلؑ' اللہ نے اُمت احمدؐ کے مومنین کی حاجتوں کے بارے میں کیا کیا؟ جبریلؑ کہتے ہیں: آج کی رات اللہ نے سب پر نظر رحمت فرمائی ہے' سب کو معاف کر دیا ہے' سب کے گناہ بخش دیے ہیں' سوائے چار آدمیوں کے۔

(حضرت ابن عباسؓ کہتے ہیں) ہم نے پوچھا: اے اللہ کے رسولؐ یہ کون لوگ ہیں؟

آپؐ نے فرمایا: ایک کثرت سے شراب پینے والا' دوسرے اپنے والدین سے قطع تعلق کرنے والا' تیسرے رشتہ داروں کے حقوق ادا نہ کرنے والا اور چوتھے دوسروں سے بغض و عداوت اور نفرت رکھنے والا۔ (البیہقی' ابن حبان)

اس سے بہ خوبی اندازہ لگایا جا سکتا ہے کہ اللہ عزوجل' شب کی ساعتوں میں کس طرح اپنی رحمت اور عفو و کرم کے لا انتہا خزانوں کے ساتھ اپنے بندوں کو نوازنے کے

لیے مائل رہتا ہے۔ یوں محسوس ہوتا ہے کہ وہ منتظر ہے کہ کوئی آئے‘ مانگے اور وہ اس کی جھولی بھر دے۔ اللہ عزوجل کی اس کرم نوازی کے مقابلے میں بندوں کی بے نیازی‘ بے اعتنائی اور غفلت‘ افسوس ناک ہے۔ علامہ اقبالؒ کے الفاظ میں یہ تو وہی صورت ہے:

ہم تو مائل بہ کرم ہیں‘ کوئی سائل ہی نہیں
راہ دکھلائیں کسے؟ رہرو منزل ہی نہیں

□ عَنْ اَسْمَاءَ بِنْتِ یَزِیْدَ عَنْ رَّسُوْلِ اللّٰہِ ﷺ قَالَ یُحْشَرُ النَّاسُ فِیْ صَعِیْدٍ وَّاحِدٍ یَوْمَ الْقِیٰمَةِ فَیُنَادِیْ مُنَادٍ فَیَقُوْلُ اَیْنَ الَّذِیْنَ کَانَتْ تَتَجَافٰی جُنُوْبُھُمْ عَنِ الْمَضَاجِعِ فَیَقُوْمُوْنَ وَھُمْ قَلِیْلٌ فَیَدْخُلُوْنَ الْجَنَّةَ بِغَیْرِ حِسَابٍ ثُمَّ یُؤْمَرُ سَائِرُ النَّاسِ اِلَی الْحِسَابِ (رواہ البیھقی فی شعب الایمان) اسماء بنت یزید سے روایت ہے کہ آپؐ نے فرمایا: قیامت کے دن ایک وسیع اور ہموار میدان میں سب لوگ جمع کیے جائیں گے۔ پھر اللہ کا منادی پکارے گا کہ کہاں ہیں وہ بندے جن کے پہلو راتوں کو بستروں سے الگ رہتے ہیں؟ پس وہ اس پکار پر کھڑے ہو جائیں گے اور ان کی تعداد زیادہ نہ ہوگی۔ پھر وہ اللہ کے حکم سے بغیر حساب کتاب کے جنت میں چلے جائیں گے اور اس کے بعد باقی تمام لوگوں کے لیے حکم ہوگا کہ وہ حساب کے لیے حاضر ہوں۔

شب بیداری اور عبادتِ شب کی اس اہمیت کی بنا پر رسول اکرمؐ کی ہمیشہ خواہش رہتی کہ افرادِ اُمت‘ برکات کے ان خزانوں سے بیش از بیش مستفیض ہوں۔ اس سلسلے میں آپؐ کا اضطراب اور آپؐ کی فکرمندی حضرت اُمّ سلمٰیؓ کی بیان کردہ ایک حدیث سے بھی واضح ہوتی ہے۔ آپؓ فرماتی ہیں:

ایک رات رسولؐ اللہ سخت گھبراہٹ کے عالم میں نیند سے اُٹھے اور فرمایا: سبحان اللہ‘ رات میں کس قدر خزانے اُتارے گئے ہیں اور کتنے فتنے! کوئی ہے جو حجرے والیوں کو جگائے تاکہ وہ نماز پڑھیں۔ کتنی ہی دنیا میں کپڑے پہننے والیاں ہیں‘ جو آخرت میں برہنہ ہوں گی۔ (بخاری)

عبادتِ شب اور تہجد کی اس قدر تاکید کیوں کی گئی؟ اور اس کے لیے مختلف پیرایہ ہائے بیان میں کیوں اُکسایا گیا؟ اس لیے کہ شب بیداری زبردست قربانی اور ایثارِ نفس کا معاملہ ہے۔ آرام دہ بستر کو چھوڑ کر اور میٹھی نیند کو ترک کر کے اُٹھ کھڑے ہونا اور پھر جاگتے رہنا ایک سخت، مشکل اور خواہشاتِ نفس کو دبانے والا کام ہے۔ قرآن پاک کے الفاظ ہیں:

○ اِنَّ نَاشِئَةَ الَّيْلِ هِيَ اَشَدُّ وَطْاً وَّاَقْوَمُ قِيْلًا ○ (المزمّل ۷۳:۶)

درحقیقت رات کا اُٹھنا نفس پر قابو پانے کے لیے بہت کارگر اور قرآن ٹھیک پڑھنے کے لیے زیادہ موزوں ہے۔

مولانا سید ابوالاعلیٰ مودودیؒ، اشدُّ وَطْاً کی تشریح کرتے ہوئے لکھتے ہیں: [اس] کے معنی میں اتنی وسعت ہے کہ کسی ایک فقرے میں اسے ادا نہیں کیا جا سکتا۔ اس کا ایک مطلب یہ ہے کہ رات کو عبادت کے لیے اُٹھنا اور دیر تک کھڑے رہنا، چونکہ طبیعت کے خلاف ہے اور نفس اس وقت آرام کا مطالبہ کرتا ہے اس لیے یہ فعل ایک ایسا مجاہدہ ہے جو نفس کو دبانے اور اس پر قابو پانے کی بڑی زبردست تاثیر رکھتا ہے۔ اس طریقے سے جو شخص اپنے آپ پر قابو پالے اور اپنے جسم و ذہن پر تسلط حاصل کر کے، اپنی اس طاقت کو خدا کی راہ میں استعمال کرنے پر قادر ہو جائے، وہ زیادہ مضبوطی کے ساتھ دینِ حق کی دعوت کو دنیا میں غالب کرنے کے لیے کام کرسکتا ہے۔

دوسرا مطلب یہ ہے کہ یہ دل اور زبان کے درمیان موافقت پیدا کرنے کا بڑا موثر ذریعہ ہے کیوں کہ رات کے ان اوقات میں بندے اور خدا کے درمیان کوئی دوسرا حائل نہیں ہوتا اور اس حالت میں آدمی جو کچھ زبان سے کہتا ہے، وہ اس کے دل کی آواز ہوتی ہے۔

تیسرا مطلب یہ ہے کہ یہ آدمی کے ظاہر و باطن میں مطابقت پیدا کرنے کا بڑا کارگر ذریعہ ہے کیوں کہ رات کی تنہائی میں جو شخص اپنا آرام چھوڑ کر عبادت کے لیے اٹھے گا وہ لامحالہ اخلاص ہی کی بنا پر ایسا کرے گا۔ اس میں ریاکاری کا سرے سے کوئی موقع ہی نہیں ہے۔

چوتھا مطلب یہ ہے کہ یہ عبادت چونکہ دن کی عبادت کی بہ نسبت آدمی پر زیادہ گراں ہوتی ہے اس لیے اس کا التزام کرنے سے آدمی میں بڑی ثابت قدمی پیدا ہوتی ہے' وہ خدا کی راہ میں زیادہ مضبوطی کے ساتھ چل سکتا ہے اور اس راہ کی مشکلات کو زیادہ استقامت کے ساتھ برداشت کر سکتا ہے۔

اس کی فضیلت و اہمیت اسی بنا پر ہے اور اس کا اہتمام کرنے والے شخص کو بشارت بھی اسی وجہ سے دی گئی ہے۔

✿ فوائد:

قرآن پاک اور احادیثِ نبویؐ کے مطابق شب بیداری' قیام اللیل اور نمازِ تہجد گوناگوں اور جامع فوائد کی حامل ہے۔قرآن وحدیث کے مطابق عباداتِ شب اور نمازِ تہجد:

۱- قربِ الٰہی کا ذریعہ ہے۔

۲- قبولیتِ دعا کا موقع فراہم کرتی ہے۔

۳- بخشش کا سبب بنتی ہے۔

۴- رضائے الٰہی کا مستحق بناتی ہے۔

۵- جنت کی بشارت دیتی ہے۔

۶- ضبطِ نفس اور تزکیۂ قلب کا بہترین ذریعہ ہے۔

✿ انبیا و مصلحین کا معمول:

انبیا علیہم السلام کے علاوہ بھی خدا کے نیک اور برگزیدہ بندوں کا یہ معمول رہا کہ وہ قیام اللیل اور عباداتِ شب کا اہتمام کرتے تھے۔ حدیث میں آتا ہے کہ رسولؐ اللہ نے فرمایا: قیام اللیل' یعنی نمازِ تہجد ان لوگوں کا طریقہ ہے جو تم سے پہلے تھے۔ایک اور حدیث میں آپؐ نے فرمایا کہ حضرت داؤد علیہ السلام کا ایک وقت مقرر تھا اور وہ اس وقت (مقررہ) پر اپنے گھر والوں کو جگاتے اور کہتے: ''اے آلِ داؤد' اُٹھو اور نماز پڑھو''۔

شب بیداری اور نمازِ تہجد کا اہتمام و اِلتزام نبی اکرمؐ کا معمول تھا۔ آپؐ عموماً نصف شب کے بعد اور کبھی دو تہائی رات گزارنے کے بعد اُٹھتے اور خدا کے حضور نہایت انہماک اور توجہ سے عبادت میں مشغول ہو جاتے۔ بعض اوقات اس قدر طویل قیام فرماتے کہ آپؐ کے پاؤں متورّم ہو جاتے۔ ایک بار صحابہؓ نے عرض کیا: یارسولؐ اللہ! آپؐ ایسا کیوں کرتے ہیں؟ آپؐ کے تو اگلے پچھلے سارے گناہ بخش دیے گئے ہیں۔ آپؐ نے فرمایا: کیا میں اپنے ربّ کا شکرگزار بندہ نہ بنوں؟ اس سے یہ درس دینا مقصود تھا کہ نیکی اور عبادت الٰہی کی کوئی انتہا نہیں۔ آپؐ نے حضرت علیؓ اور حضرت فاطمہؓ کو بھی تہجد کی تاکید کی۔ اکثر صحابہ کرامؓ بھی نماز تہجد کا اہتمام فرماتے تھے۔ حضرت عبداللہ بن مسعودؓ شب کے ابتدائی حصے میں اُٹھ کھڑے ہوتے اور نماز تہجد میں ان کی دھیمی دھیمی تلاوت تادیر جاری رہتی۔ حضرت عمر فاروقؓ نمازِ تہجد میں مضامین خوف کی آیات تلاوت کیا کرتے اور روتے رہتے۔ امام غزالیؒ نے لکھا ہے کہ امام اعظم ابوحنیفہؒ نصف شب عبادت میں مصروف رہتے تھے۔ ایک دن کچھ لوگ ان کے بارے میں باہم گفتگو کر رہے تھے کہ ''یہ پوری رات عبادت کرتے ہیں''۔ امام صاحب نے سوچا: مجھے ان کا مصداق بننا چاہیے۔ اس کے بعد پوری پوری رات عبادت میں مصروف رہنے لگے۔ اسی طرح امام شافعیؒ کے بارے میں روایت ہے کہ آپ رات کو بہت کم سوتے تھے۔

✿ عبادتِ شب کی حکمتیں:

قیام اللیل اور نمازِ تہجد میں چند خاص حکمتیں پوشیدہ ہیں، مثلاً:

۱- عبادتِ الٰہی اور توجہ اِلی اللہ کے لیے انسان کو جو فراغت اور یکسوئی رات کے اوقات میں نصیب ہو سکتی ہے، وہ دن کو ممکن نہیں ہوتی کیونکہ دن کے اوقات میں انسان عموماً دنیاوی کاموں اور کاروباری دھندوں میں اُلجھا رہتا ہے۔ ذاتی، خانگی، دفتری یا کاروباری مصروفیات کے سبب ایسی فرصت نصیب نہیں ہوتی کہ وہ عبادت کی طرف پوری یکسوئی کے ساتھ متوجہ ہو سکے۔ دن کی عبادت (نماز)

کے بعد بالعموم اسے اگلے ہی لمحے کسی خانگی یا کاروباری کام کے لیے اُٹھ کر کہیں نہ کہیں جانا ہوتا ہے۔

۲- رات کی خاموش فضا' پرسکون ماحول اور تنہائی میں انسان جس درجہ ذوق و شوق کے ساتھ خدا کی طرف متوجہ ہو سکتا ہے' دن کے ہنگاموں اور شور و شغب میں یہ ممکن نہیں۔

۳- رات کی تنہائی میں انسان کو احتساب نفس کا موقع ملتا ہے جب کہ دن کے مصروف اوقات میں یہ بہت مشکل ہوتا ہے۔ رات کو انسان کے لیے دن بھر کے اعمال کا جائزہ لینا اور خدا سے اپنی لغزشوں اور خطاؤں کی معافی مانگنا نسبتاً آسان ہوتا ہے۔

۴- رات کے وقت انسان علائق دنیوی سے الگ اور آزاد ہوتا ہے' اس وجہ سے اس کا دل نرم ہو جاتا ہے۔ اس کے اندر عجز و انکسار کی ایسی کیفیت پیدا ہوتی ہے جو اسے خدا کے حضور خشوع و خضوع اور الحاح و زاری کے ساتھ جھکا دیتی ہے۔

۵- رات کے دوران میں' نیند کے غلبے کو روک کر' راحت و آرام کو قربان کر کے اور اپنے اوپر جبر کرتے ہوئے' جب انسان باوضو ہو کر' اپنے ربّ کے حضور حاضر ہوتا ہے تو وہ اپنے اندر ایسی روحانی توانائی محسوس کرتا ہے جو اسے باطنی اعتبار سے بے حد قوی بنا دیتی ہے۔ شب زندہ دار مومن میں صبر و استقامت اور عزیمت کی ایسی شان پیدا ہوتی ہے کہ وہ اپنے آپ کو باطل کے مقابل کبھی کمزور محسوس نہیں کرتا۔ انسان کے لیے مال و دولت اور وقت کی قربانی نسبتاً آسان ہے مگر نیند کی قربانی بڑے جان جوکھوں کا کام ہے۔ اسی لیے کہتے ہیں کہ نیند سولی پر بھی آ جاتی ہے۔ ایسی نیند کی قربانی انسانی کردار میں عزیمت و استقامت پیدا کرتی ہے۔

غرض شب بیداری اور قیام اللیل کے ذریعے انسان اپنی گذشتہ زندگی کا احتساب کر کے اپنی روح کا میل کچیل دُور کرتا ہے اور اگلے روز کے لیے' اور درحقیقت مستقبل کے لیے صبر و استقامت اور قناعت کا زادِ راہ لے کر نئے سفر پر روانہ ہوتا ہے۔ اس طرح ایک اعتبار سے وہ ہر روز اپنی زندگی کا ایک نیا دَور شروع کرتا ہے۔

✿ شب بیداری: کب اور کیسے......؟

سال کے باقی دنوں میں یہ اہتمام نہ ہو سکے تو رمضان المبارک کے ماہِ مقدس میں شب بیداری کا اہتمام ضرور کرنا چاہیے۔ معلوم ہے کہ قرآن مجید کا نزول اسی بابرکت مہینے میں ہوا اور یہ نزول‘ شب قدر میں ہوا۔ شب قدر کے بارے میں اللہ عزوجل کا فرمان ہے:

○ لَيْلَةُ الْقَدْرِ ۙ خَيْرٌ مِّنْ اَلْفِ شَهْرٍ ○ (القدر ۹۷:۳) شب قدر ہزار مہینوں سے بہتر ہے۔

گویا لیلۃ القدر کی برکتوں اور سعادتوں سے مستفیض ہونے کے لیے بھی رمضان المبارک میں قیام اللیل ضروری ہے۔ احادیث میں آتا ہے کہ تم شب قدر کو تلاش کرو رمضان کی طاق راتوں میں یعنی آخری عشرے کی ۲۱‘ ۲۳‘ ۲۵‘ ۲۷‘ اور ۲۹ ویں راتوں میں۔ گویا پانچ راتیں ایسی ہیں جن میں شب قدر کا ملنا عین ممکن ہے۔ ان میں سے بھی ۲۷ویں شب کے‘ شب قدر ہونے کا امکان زیادہ ہے۔

چاہیے تو یہ کہ ساری رات جاگ کر عبادت الٰہی‘ تلاوت کلام پاک اور ذکرواذکار میں گزاری جائے‘ مگر یہ ہر شخص کے لیے ممکن نہیں ہوتا۔ امام غزالیؒ فرماتے ہیں کہ یہ بہت خاص لوگوں کا فعل ہے اور یہ ان کے دوسرے معاملات میں حارج نہیں ہوتا۔ شب بیداری کا دوسرا درجہ یہ ہے کہ نصف یا ایک تہائی رات بیدار رہا جائے۔ شب کے ابتدائی حصے میں نیند کرلیں‘ پھر عبادت کریں اور رات کے بالکل آخری حصے میں پھر کچھ دیر کے لیے سوجائیں۔ اس کی حکمت یہ ہے کہ دن میں نیند نہیں آئے گی (خیال رہے کہ دن میں اونگھنے کو بعض اکابر‘ مکروہ سمجھتے ہیں)۔

بہ ایں ہمہ‘ عبادتِ شب کی سعادتوں کے حصول میں رعایتیں بھی رکھی گئی ہیں‘ مثلاً: رسول اکرمؐ نے فرمایا: جس شخص کو یہ اندیشہ ہو کہ وہ آخر رات میں نہیں اُٹھ سکے گا‘ وہ شروع رات ہی میں وتر پڑھ لے۔ ایک اور موقع پر آپؐ نے فرمایا: اگر کسی شخص میں جاگنے کی بالکل ہی ہمت نہ ہو تو اسے چاہیے کہ عشا اور فجر کی نمازیں باجماعت تکبیرِاولیٰ

سے ادا کرے' اس صورت میں بھی وہ شب بیداری کا ثواب پائے گا۔ ایک درجہ یہ بھی ہے رات کے آخری حصے میں اتنی دیر کے لیے بیدار رہا جائے جتنی دیر دو یا چار رکعتیں پڑھی جا سکیں۔ مگر خیال رہے کہ یہ آخری درجہ ہے۔ سچے مومن کی شان یہ ہے کہ وہ نیکیاں سمیٹنے میں حریص ہوتا ہے اور ان کے حصول میں ہر وقت کوشاں رہتا ہے۔ رسول اکرمؐ کی مغفرت میں کسے کلام ہو سکتا ہے' مگر (جیسا کہ اُوپر ذکر آ چکا ہے) آپؐ پوری پوری رات عبادت میں مشغول رہتے اور اتنا طویل قیام فرماتے کہ پاؤں سوج جاتے اور فرماتے کہ میں اللہ کا زیادہ سے زیادہ شکرگزار بندہ بننا چاہتا ہوں۔

خیال رہے کہ دن بھر کی مصروفیات اور کار دنیا میں مشغولیت' پھر خانگی فرائض ادا کرنے کے بعد' شب کو عبادت کے لیے اُٹھنا آسان کام نہیں' بس توفیق الٰہی پر منحصر ہے۔

امام غزالیؒ نے ایک جگہ لکھا ہے کہ شب بیداری کی چند شرائط ہیں۔ اللہ' اپنے جن بندوں کو توفیق دیتا ہے ان کے لیے اس عمل کے سہل ہونے کی ظاہری و باطنی شرائط پوری ہو جاتی ہیں اور ان کے لیے رات کا اٹھنا آسان ہو جاتا ہے۔ وہ آٹھ شرائط یہ ہیں:

۱- رات کا کھانا مقدار میں کم کھائیں۔ زیادہ کھانے اور پینے سے نیند زیادہ آتی ہے۔

۲- دن میں زیادہ مشقت والے کام کو معمول نہ بنایا جائے ورنہ جسم تھک کر چور ہو گیا تو اٹھنا دشوار ہو جائے گا۔

۳- دن میں کچھ وقت کے لیے سو لیا جائے۔

۴- دن میں گناہوں سے حتی الامکان اجتناب کیا جائے۔ گناہ کے ارتکاب سے دل سخت ہو جاتا ہے اور نیکیوں کی طرف رغبت مشکل سے ہو جاتی ہے۔ نماز گناہوں سے روکتی ہے' اس کے برعکس گناہ نماز میں رکاوٹ بنتے ہیں۔ حسن بصریؒ کہتے ہیں کہ جب آدمی گناہ کرتا ہے تو رات کو اٹھنے سے محروم ہو جاتا ہے۔ سفیان ثوریؒ کہتے ہیں کہ ایک مرتبہ اپنے ایک گناہ کے باعث پانچ ماہ تک تہجد سے محروم رہا اور وہ گناہ یہ تھا کہ میں نے ایک شخص کو روتے دیکھ کر سوچا کہ یہ بہت ریاکار ہے۔ (یعنی بدگمانی سے کام لیا تھا) گناہوں کے معاملے میں خصوصاً رزق حرام سے بچنا

اشد ضروری ہے کیوں کہ حرام کا لقمہ کھا کر طبیعت نیکی کی طرف مائل نہیں ہوتی۔ دل کی صفائی اور نیکیوں کی طرف رغبت میں رزق حلال کی بہت اہمیت ہے۔

۵- دل کو کینے اور فضول دنیاوی تردّدات سے صاف اور خالی کیا جائے۔ جس کا دل دنیا کے مادی افکار میں مگن رہے گا تو اس کے لیے رات کا اٹھنا مشکل ہوگا۔ دنیاوی سوچ' روحانیت کے راستے میں بڑی رکاوٹ بنتی ہے۔

۶- دل پر ہر وقت خوفِ خدا غالب رہے اور آخرت کو یاد کیا جائے تو نیند کم آئے گی اور اٹھنا آسان ہوگا۔

۷- تہجد کا جو ثواب قرآن و سنت سے معلوم ہوتا ہے' اسے ذہن میں تازہ کیا جائے تو اس سے شوق بڑھے گا۔

۸- سب سے اہم شرط یہ ہے کہ اللہ تعالیٰ سے شدید محبت دل میں جاگزین ہو اور یہ احساس ہو کہ میں جو کچھ کہتا ہوں' اللہ تعالیٰ سنتے ہیں۔ جب مناجات میں لطف آئے گا' تو اٹھنا آسان ہوگا اور جن کو یہ لذت میسر آجائے تو پھر پوری رات بھی بہت کوتاہ اور مختصر معلوم ہوگی۔

شب بیداری انفرادی بھی ہوسکتی ہے اور اجتماعی بھی' مگر انفرادی صورت بہتر ہے کیونکہ نفلی عبادت میں اِخفا کو ترجیح دی گئی ہے۔ تاہم اجتماعی شب بیداری کے بعض ایسے فوائد ہیں جن کے پیش نظر کبھی کبھی بہت سے لوگوں کو مل کر بھی شب بیداری کا اہتمام کرنا چاہیے۔ اجتماعی شب بیداری میں سنجیدگی' وقار' تقدس اور تسبیح و تحمید الٰہی کی فضا پیدا کرنے کی کوشش کرنی چاہیے۔ یہ اسی صورت ممکن ہے کہ کاروباری اور دنیوی معاملات کو موضوع گفتگو بنانے سے مکمل اجتناب کیا جائے۔

✿ کن باتوں کا اہتمام ضروری ہے؟

شب بیداری سے خاطر خواہ فائدہ اٹھانے کے لیے مندرجہ ذیل باتوں کا اہتمام کرنا چاہیے۔ اجتماعی شب بیداری میں تو ان کا خیال رکھنا اور بھی ضروری ہے۔

۱- نیت کی دُرستی اور حضورِ قلب: اوّلین اور اہم ترین شرط نیت کی درستی ہے۔ نیت یہ ہونی چاہیے کہ ہم جو بھی عبادت کریں اس کے ذریعے اللہ کا قرب اور اس کی رضا حاصل ہو۔ یہ مقصد اسی وقت حاصل ہو سکتا ہے جب انسان محض جاگتا ہی نہ رہے بلکہ حضورِ قلب کے ساتھ جاگے' اس کی نیت خالص ہو اور وہ ہمہ تن اللہ کی طرف متوجہ ہو۔ دل کو دنیا و مافیہا کی دل چسپیوں اور آلائشوں سے بالکل پاک اور صاف کر دے اور دماغ کی پوری توجہ اللہ تعالیٰ جل شانہ' کی طرف ہو۔ اگر ایسا نہ ہو سکا تو پھر جاگنے اور تکلیف اُٹھانے کا کوئی فائدہ نہ ہوگا۔

۲- نوافل: دوسری چیز نوافل ہیں' اور نوافل میں بھی تہجد سرفہرست ہے۔ تہجد کے معنی ہیں: نیند توڑ کر اٹھنا۔ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کا معمول تھا کہ آپؐ نصف شب کو اور کبھی اس سے پہلے یا بعد میں بیدار ہو کر نماز میں مشغول ہو جاتے۔ دو دو کر کے آٹھ رکعت پڑھتے۔ یہ لازم نہیں کہ نماز تہجد کی آٹھ ہی رکعتیں پڑھی جائیں' جتنی بھی ہو سکیں اور جیسا موقع ہو' نوافل پڑھ لیے جائیں۔ حدیث میں آتا ہے کہ آپؐ پہلی دو رکعتیں قدرے مختصر پڑھتے' اس کے بعد کی دو رکعتوں میں قیام طویل ہوتا اور پھر اگلی رکعتوں میں قیام کو مختصر کرتے جاتے۔

حضرت ابن عباسؓ بیان کرتے ہیں کہ ایک دفعہ شب کو' میں اپنی خالہ حضرت میمونہؓ کے ہاں مقیم تھا' اس روز نبی صلی اللہ علیہ وسلم بھی وہیں فروکش تھے۔ جب رات کا آخری تہائی حصہ باقی رہ گیا' یا اس سے کچھ کم' تو آپؐ اٹھے' آسمان کی طرف دیکھا اور (سورہ آل عمران کی) یہ آیات پڑھیں:

○ اِنَّ فِیْ خَلْقِ السَّمٰوٰتِ وَالْاَرْضِ وَاخْتِلَافِ الَّیْلِ وَالنَّهَارِ لَاٰیٰتٍ لِّاُولِی الْاَلْبَابِ ...... لَعَلَّکُمْ تُفْلِحُوْنَ (بخاری' مسلم)

[یہ آیات' سورہ آل عمران کے آخری پورے رکوع پر مشتمل ہیں۔]

تہجد کے علاوہ' صلوٰۃ التسبیح بھی انفرادی یا اجتماعی طور پر پڑھ لینی چاہیے۔ حدیث میں اس کی بہت فضیلت آئی ہے۔ صلوٰۃ التسبیح پڑھنے سے سابقہ گناہوں کی معافی کی

بشارت دی گئی ہے۔

۳-دُعــا: دعا وسیلۂ قربِ الٰہی ہے اور قربِ الٰہی کے نتیجے میں مومن' خدا سے مزید توفیق و عنایت کی دعا مانگتا ہے اور اس طرح وہ' دعا کے ذریعے' اس کی شکر گزاری اور عبودیت میں ترقی اور پیش رفت کرتا ہے' لہٰذا نوافل کے بعد نہایت عجز و انکسار اور زاری کے ساتھ اللہ تعالیٰ جلّ شانہٗ سے اپنے گناہوں اور لغزشوں کی معافی اور مغفرت طلب کی جائے اور اس کی بارگاہ میں اپنی حاجات پیش کی جائیں۔ اس سلسلے میں قرآنی اور نبویؐ دعائیں زیادہ موزوں اور قابل ترجیح ہیں۔ اوپر کی ایک حدیث میں یہ بشارت گزر چکی ہے کہ رات کے ایک حصے میں انسان جو کچھ مانگے' اللہ تعالیٰ اسے شرف قبولیت بخشتا ہے۔

خیال رہے کہ دعا مختصر ہو سکتی ہے اور طویل بھی۔ حسب توفیق اور موقع لمبی یا مختصر دعا مانگنی چاہیے۔ رسول اکرمؐ بعض اوقات طویل دعا فرماتے' مثلاً حضرت ابن عباسؓ کہتے ہیں کہ نبیؐ جب رات کو تہجد کی نماز کے لیے کھڑے ہوتے تو فرماتے:

اَللّٰهُمَّ لَكَ الْحَمْدُ أَنْتَ قَيِّمُ السَّمٰوٰتِ وَالْاَرْضِ وَمَنْ فِيْهِنَّ، وَلَكَ الْحَمْدُ أَنْتَ نُوْرُ السَّمٰوٰتِ وَالْاَرْضِ وَمَنْ فِيْهِنَّ— وَلَكَ الْحَمْدُ أَنْتَ مَلِكُ السَّمٰوٰتِ وَالْاَرْضِ وَمَنْ فِيْهِنَّ— وَلَكَ الْحَمْدُ أَنْتَ الْحَقُّ وَوَعْدُكَ الْحَقُّ وَلِقَاؤُكَ حَقٌّ وَقَوْلُكَ حَقٌّ وَالْجَنَّةُ حَقٌّ وَالنَّارُ حَقٌّ وَالنَّبِيُّوْنَ حَقٌّ وَمُحَمَّدٌ حَقٌّ وَالسَّاعَةُ حَقٌّ — اَللّٰهُمَّ لَكَ أَسْلَمْتُ وَبِكَ اٰمَنْتُ وَعَلَيْكَ تَوَكَّلْتُ وَاِلَيْكَ أَنَبْتُ وَبِكَ خَاصَمْتُ وَاِلَيْكَ حَاكَمْتُ— فَاغْفِرْلِيْ مَا قَدَّمْتُ وَمَا أَخَّرْتُ وَمَا اَسْرَرْتُ وَمَا أَعْلَنْتُ وَمَا أَنْتَ اَعْلَمُ بِهٖ مِنِّيْ — أَنْتَ الْمُقَدِّمُ وَأَنْتَ الْمُؤَخِّرُ أَنْتَ اِلٰهِيْ لَا اِلٰهَ اِلَّا أَنْتَ وَلَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ اِلَّا بِاللّٰهِ الْعَلِيِّ الْعَظِيْمِ (بخاری' مسلم)

اے میرے اللہ' ساری حمد' تعریف اور شکر' تیرے ہی لیے ہے کہ تو ہی آسمان اور زمین کو' اور جو کچھ ان میں ہے' ان کو تھامنے والا ہے اور ساری حمد تیرے ہی لیے ہے' کہ تو ہی آسمانوں اور زمینوں کا' اور جو کچھ ان میں ہے' ان کا نور

ہے۔ اور ساری حمد تیرے ہی لیے ہے' کہ تو ہی آسمانوں اور زمین کا' اور جو کچھ ان میں ہے' ان کا بادشاہ ہے۔ اور ساری حمد تیرے ہی لیے ہے' کہ تو حق ہے' اور تیرا وعدہ سچا ہے' اور تجھ سے ملاقات ہونی ہی ہے' اور تیری بات برحق ہے' اور جنت حق ہے' اور دوزخ حق ہے' اور سارے نبی سچے ہیں' اور محمدؐ سچے ہیں' اور قیامت کی گھڑی برحق ہے' میرے اللہ! میں پورا تیرا مطیع ہوگیا ہوں' تجھ پر ایمان رکھتا ہوں' سارے کام تیرے سپرد کر دیے ہیں' تیری طرف پلٹتا ہوں۔ تیرے لیے ہی جھگڑتا ہوں' تجھ ہی سے فیصلہ طلب کرتا ہوں۔ پس میرے گناہ بخش دے' وہ جو میں نے آگے بھیجے اور جو پیچھے چھوڑے' وہ جو میں نے چھپ کر کیے یا علانیہ کیے' وہ جو مجھ سے زیادہ تو جانتا ہے۔ تو ہی آگے بڑھانے والا ہے۔ تو ہی پیچھے کرنے والا ہے' تو ہی میرا معبود ہے' تیرے علاوہ اور کوئی الٰہ نہیں۔ اللہ العلی العظیم کے علاوہ' نہ کسی کے پاس قوت ہے' نہ کسی کے بس میں کوشش۔

اصل بات تو یہ ہے کہ عبد اپنے معبود کا محتاج ہے' لہٰذا دعا مختصر ہو یا طویل' بندے کو اپنے ربّ ہی سے دعا مانگنی چاہیے اور مانگتے رہنا چاہیے۔ قبولیت کا دروازہ کب کھلتا ہے اور دعا کب اور کس شکل میں قبول ہوتی ہے' یہ معاملہ اللہ عزوجل پر چھوڑ دینا چاہیے۔ وہ اپنی حکمتوں اور مصلحتوں کے مطابق ہر شخص کی دعا قبول کرتا ہے اور ہمیں اس کے مصالح پر پورے ایمان کے ساتھ بھروسا کرنا چاہیے۔

۴-ذکر و اذکار: نوافل کے بعد' دعا سے پہلے یا دعا کے بعد' چند لمحوں کے لیے یکسوئی کے ساتھ تسبیح و تحمید کیجیے' اس سلسلے میں درود شریف اور کلمۂ استغفار کے علاوہ' درج ذیل مختصر اور جامع کلمات کا ذکر بہت آسان ہے:

۱ ○ سُبْحَانَ اللّٰهِ ، اَلْحَمْدُ لِلّٰه ، اَللّٰهُ اَكْبَرُ -

۲ ○ سُبْحَانَ اللّٰهِ وَبِحَمْدِهٖ سُبْحَانَ اللّٰهِ الْعَظِيْمِ -

رسول پاک صلی اللہ علیہ وسلم نے ان دونوں کلمات کے ذکر کو باعث خیر و برکت اور ثواب

ٹھہرایا ہے۔ نمبر۲ کے بارے میں آپؐ نے فرمایا کہ دو کلمے زبان کے لیے بہت ہلکے (آسان) ہیں مگر میزان میں بہت بھاری ہوں گے۔ ان کلموں کے علاوہ مندرجہ ذیل مختصر نبوی دعائیں بھی بار بار پڑھی جائیں تو بہت فائدہ ہوگا:

○ اَللّٰھُمَّ اِنِّیْ اَسْئَلُكَ الْعَفْوَ وَالْعَافِيَةَ فِی الدُّنْيَا وَالْاٰخِرَةِ - اے اللہ! میں آپ سے دنیا وآخرت میں معافی اور عافیت کا طالب ہوں۔

○ اَللّٰھُمَّ اِنَّكَ عَفُوٌّ تُحِبُّ الْعَفْوَ فَاعْفُ عَنِّیْ - اے اللہ! آپ مجھے معاف کرنے والے ہیں' عفو ودرگزر کو پسند کرتے ہیں' مجھے معاف کر دیجیے۔

شب کے اوقات میں حضورِ قلب کے ساتھ ایک ہی کلمے کی تکرار سے بسا اوقات قلب انسانی پر عجیب اثرات مرتب ہوتے ہیں۔

۵- تفکر: چند لمحوں کے لیے تنہائی میں بیٹھ کر ذہنی یکسوئی کے ساتھ خدا کی ربوبیت' حاکمیت' کائنات کی تخلیق اور دنیا میں انسان کی حیثیت پر غور کرنا چاہیے۔ دنیا ومافیہا کے بارے میں غور وتفکر سے مومن کے دل میں اللہ جلّ شانہٗ کی عظمت و کبریائی کا صحیح احساس پیدا ہوتا ہے۔ اسی طرح فکر وتدبر کے ذریعے سے دینی اور دنیاوی امور و معاملات کا بہتر اور صحیح فہم وشعور بھی حاصل ہوتا ہے۔ ایک قول ہے کہ ایک گھڑی فکر وتدبر کرنا ساٹھ برس کی عبادت سے بہتر ہے۔

رسول اکرمؐ سے منقول ہے: اَرِنَا الْاَشْيَاءَ كَمَا هِیَ (اے اللہ) ہمیں اس قابل بنا کہ ہم ہر چیز کو اس طرح دیکھیں جیسی فی الواقع وہ ہیں--- شب بیداری' ہمیں چیزوں کو ان کے حقیقی تناظر میں دیکھنے کا موقع فراہم کرتی ہے۔

۶- احتسابِ نفس: شب بیداری کے دوران میں' الگ بیٹھ کر اپنے اعمال کا جائزہ لینا ضروری ہے۔ اپنی گذشتہ زندگی پر غور کرتے ہوئے دیکھنا چاہیے: کیا میرے شب وروز' میری مصروفیات اور میرے معاملات ومعمولات احکامِ الٰہی کے مطابق ہیں؟ میں اَوامِر پر کس حد تک عمل پیرا ہوں؟ نواہی سے کس حد تک مجتنب ہوں؟ حقوق العباد ادا کرنے میں مجھ سے کیا کوتاہیاں سرزد ہو رہی ہیں اور آیندہ ان سے کیسے بچ سکتا ہوں؟

اس طرح خود احتسابی کے ذریعے اپنے معمولات کو بہتر سے بہتر بنانے کا پروگرام مرتب کرنا چاہیے۔ احتسابِ نفس کے بغیر شب بیداری کے مقاصد پورے نہیں ہو سکتے۔

۷- **تلاوتِ قرآن:** اگر موقع ملے تو کچھ وقت کے لیے تلاوت کلام پاک بھی ضرور کیجیے۔ تلاوت کرنے والا شخص اگر ترجمہ بھی سمجھتا ہو تو پھر تلاوت دُہری افادیت کی موجب ہوگی۔ شب کی خاموش فضا اور پرسکون ماحول میں کلام الٰہی کی آیات‘ قلب و ذہن پر ایک خاص کیف و اثر ڈالتی ہیں جس سے انسان کو ایک عجیب طرح کی فرحت‘ لذت اور طمانیت حاصل ہوتی ہے۔ تلاوت کے بارے میں قرآن پاک میں فرمایا گیا کہ **وَأَقْوَمُ قِيلاً** (المزمل ۷۳:۶) یعنی یہ وقت قرآن پڑھنے کے لیے زیادہ موزوں ہے۔

اس کی تشریح میں مولانا سید ابوالاعلیٰ مودودیؒ لکھتے ہیں: ”مدعا یہ ہے کہ اس وقت انسان قرآن کو زیادہ سکون و اطمینان اور توجہ کے ساتھ سمجھ کر پڑھ سکتا ہے۔ حضرت ابن عباسؓ اس کا مفہوم یہ بیان کرتے ہیں کہ **اجدر ان یفقه فی القرآن**‘ یعنی اس کے لیے زیادہ موزوں ہے کہ قرآن میں غور وخوض کرے۔ رسول اکرمؐ کو شب میں قرآن پاک‘ ترتیل کے ساتھ یعنی خوب ٹھہر ٹھہر کر پڑھنے کا حکم دیا گیا ہے‘ اس طرح کہ تیز تیز نہیں بلکہ آہستہ آہستہ ایک ایک لفظ زبان سے ادا کیا جائے اور ایک ایک آیت پر ٹھہر کر کلام الٰہی کے مفہوم و مدعا کو سمجھا جائے۔

۸- **دعائیں یاد کرنا:** اگر ممکن ہو تو شب بیداری کے دوران میں بعض قرآنی اور مسنون دعائیں بھی یاد کرلیں۔ اس سلسلے میں دعاؤں کی کسی کتاب سے اپنی پسند کی دو تین مختصر اور جامع دعائیں منتخب کی جاسکتی ہیں۔ (ایک مفید کتابچہ: ”نالہ نیم شب“، مرتبہ خرم مراد‘ منشورات‘ لاہور)۔

۹- **مطالعۂ قرآن و حدیث و سیرت:** مندرجہ بالا امور کی بجا آوری کے علاوہ اگر کچھ فاضل وقت ہو تو اسے قرآن و حدیث کے مطالعے اور تفہیم میں صرف کیا جائے۔ سیرت پاکؐ یا صحابہؓ کی زندگیوں کے حالات پڑھے جائیں۔

۱۰- **ہنسی مذاق سے اجتناب:** اجتماعی شب بیداری میں اس بات کا اندیشہ

رہتا ہے کہ دوست احباب اور ہم مذاق و ہم جلیس ساتھی آپس میں بے تکلفی کا ماحول پیدا کریں' دنیاوی گفتگو کریں' غیبت کے مرتکب ہوں' یا ہنسی مذاق کریں۔ ان باتوں سے اجتناب ضروری ہے کیونکہ ان سے شب بیداری کا وقار اور تقدس مجروح ہوتا ہے۔ بنیادی طور پر شب بیداری کا مقصد' عبادت الٰہی کے ذریعے صفائے قلب' تزکیہ نفس اور انضباط طبع ہے' اس لیے اس دوران میں' ہر قسم کی غیر سنجیدہ یا دنیاوی امور پر گفتگو سے بچنا اشد ضروری ہے۔

شب بیداری' طبّی اور نفسیاتی نقطۂ نظر سے:

ہمارے معاشرے میں سحر خیزی کو خوش بختی کی ایک علامت سمجھا جاتا ہے۔ علی الصبح جاگنا اور جگانا ایک مبارک اور قابل قدر فعل تصور کیا جاتا ہے۔ رات کو تاخیر سے سونا اور صبح دن چڑھے جاگنا اہل مغرب کا معمول اور مغربی انداز معاشرت ہے۔ افسوس ہے کہ گذشتہ ۲۵' ۳۰ برسوں میں ہم نے مغرب کے گہرے اثرات قبول کیے ہیں اور اب مغربی معاشرت کا یہ قبیح پہلو ہمارے ہاں بھی فروغ پذیر ہے۔ ٹیلی ویژن نے اسے اور بڑھاوا دیا ہے۔ خیال رہے کہ اہل مغرب بھی جلد سونے اور جاگنے کے اثرات و فوائد سے ناواقف نہیں۔ انگریزی کا مشہور مقولہ ہے:

Early to bed and early to rise makes a man

healthy, wealthy and wise.

طبّی نقطۂ نظر سے دیکھیں تو سحر خیز انسان' بالعموم لطیف الطبع اور ذہین ہوتے ہیں۔ وہ ان بہت سی ذہنی بیماریوں سے بھی بچے رہتے ہیں جن میں تن آسان' گراں خواب اور نیند میں غافل رہنے والے اکثر و بیشتر لوگ مبتلا رہتے ہیں۔ صبح کے وقت انسان کا ذہن تروتازہ اور دل و دماغ دیگر اوقات کی نسبت' کہیں زیادہ حاضر ہوتے ہیں۔ جو کچھ پڑھا جائے فوراً یاد ہو جاتا ہے۔ مطالعے سے دماغ پر کسی قسم کا بوجھ نہیں پڑتا۔ دنیا کے بعض نامور مفکروں' فلسفیوں اور ادیبوں کے ہاں سحر خیزی کا اہتمام رہا ہے اور ان کی بہترین

فکری و قلمی کاوشیں اور ذہنی تخلیقات ان کے اہتمام سحر خیزی ہی کا نتیجہ ہیں: ؎

عطار ہو‘ رومی ہو‘ رازی ہو‘ غزالی ہو
کچھ ہاتھ نہیں آتا بے آہِ سحر گاہی

علامہ اقبالؒ کو مسلمانوں سے یہی شکوہ ہے کہ انھوں نے سحر خیزی کی عادت ترک کر دی ہے اور اس طرح اپنی روحانی قوت (خودی) سے محروم ہو گئے ہیں: ؎

کس قدر تم پہ گراں صبح کی بیداری ہے
ہم سے کب پیار ہے‘ ہاں نیند تمھیں پیاری ہے

نفسیاتی اعتبار سے سحر خیز اور شب زندہ دار انسان کہیں زیادہ ذمہ دار‘ فرض شناس اور مستعد ہوتا ہے۔ نفس کے تقاضوں کو نظر انداز کرنا اور روح کی پکار پر لبیک کہنا کسی انسان کی فرض شناسی اور احساس ذمہ داری کی علامت ہے اور پھر یہ اہتمام اس کے اندر ضبط نفس کی صفت کو اور بھی بڑھاتا ہے۔ یوں شب بیداری‘ اس کے لیے بعض ایسے اخلاقی اور عملی اوصاف کا باعث بنتی ہے جن کا حصول کسی دوسرے ذریعے سے ممکن نہیں۔ شب زندہ دار اور سحر خیز انسان ایک ایسے راستے پر چل رہا ہوتا ہے جو اسے خود شناسی اور عرفانِ نفس کی منزل تک پہنچا دیتا ہے۔ (علامہ اقبالؒ کی اصطلاح میں اسی کا نام خودی ہے)۔

آخر میں اس امر کی وضاحت ضروری ہے کہ شب بیداری‘ سحر خیزی اور عبادت شب ایک ظاہری عمل ہے‘ اصل مقصود ضبط نفس اور قلب و روح کا تزکیہ و تربیت ہے۔ شب بیداری سے یہ مقصود حاصل ہونا چاہیے۔ ایسی عبادت اور شب بیداری ہی باطل قوتوں سے معرکہ آرائی کرنے والے مومن کے لیے سودمند ثابت ہو سکتی ہے ورنہ بہ قول اقبالؒ:

یہ ذکر نیم شبی‘ یہ مُراقبے‘ یہ سُرور
تری خودی کے نگہباں نہیں تو کچھ بھی نہیں

رہتا ہے کہ دوست احباب اور ہم مذاق و ہم جلیس ساتھی آپس میں بے تکلفی کا ماحول پیدا کریں، دنیاوی گفتگو کریں، غیبت کے مرتکب ہوں، یا ہنسی مذاق کریں۔ ان باتوں سے اجتناب ضروری ہے کیونکہ ان سے شب بیداری کا وقار اور تقدس مجروح ہوتا ہے۔ بنیادی طور پر شب بیداری کا مقصد، عبادت الٰہی کے ذریعے صفائے قلب، تزکیہ نفس اور انضباط طبع ہے، اس لیے اس دوران میں، ہر قسم کی غیر سنجیدہ یا دنیاوی امور پر گفتگو سے بچنا اشد ضروری ہے۔

✪ شب بیداری، طبّی اور نفسیاتی نقطۂ نظر سے:

ہمارے معاشرے میں سحر خیزی کو خوش بختی کی ایک علامت سمجھا جاتا ہے۔ علی الصبح جاگنا اور جگانا ایک مبارک اور قابل قدر فعل تصور کیا جاتا ہے۔ رات کو تاخیر سے سونا اور صبح دن چڑھے جاگنا اہل مغرب کا معمول اور مغربی انداز معاشرت ہے۔ افسوس ہے کہ گذشتہ ۲۵، ۳۰ برسوں میں ہم نے مغرب کے گہرے اثرات قبول کیے ہیں اور اب مغربی معاشرت کا یہ قبیح پہلو ہمارے ہاں بھی فروغ پذیر ہے۔ ٹیلی ویژن نے اسے اور بڑھاوا دیا ہے۔ خیال رہے کہ اہل مغرب بھی جلد سونے اور جاگنے کے اثرات و فوائد سے ناواقف نہیں۔ انگریزی کا مشہور مقولہ ہے:

Early to bed and early to rise makes a man
healthy, wealthy and wise.

طبّی نقطۂ نظر سے دیکھیں تو سحر خیز انسان، بالعموم لطیف الطبع اور ذہین ہوتے ہیں۔ وہ ان بہت سی ذہنی بیماریوں سے بھی بچے رہتے ہیں جن میں تن آسان، گراں خواب اور نیند میں غافل رہنے والے اکثر و بیشتر لوگ مبتلا رہتے ہیں۔ صبح کے وقت انسان کا ذہن تر و تازہ اور دل و دماغ دیگر اوقات کی نسبت، کہیں زیادہ حاضر ہوتے ہیں۔ جو کچھ پڑھا جائے فوراً یاد ہو جاتا ہے۔ مطالعے سے دماغ پر کسی قسم کا بوجھ نہیں پڑتا۔ دنیا کے بعض نامور مفکروں، فلسفیوں اور ادیبوں کے ہاں سحر خیزی کا اہتمام رہا ہے اور ان کی بہترین

فکری و قلمی کاوشیں اور ذہنی تخلیقات ان کے اہتمام سحرخیزی ہی کا نتیجہ ہیں: ؎

عطار ہو، رومی ہو، رازی ہو، غزالی ہو
کچھ ہاتھ نہیں آتا بے آہِ سحر گاہی

علامہ اقبالؒ کو مسلمانوں سے یہی شکوہ ہے کہ انھوں نے سحرخیزی کی عادت ترک کر دی ہے اور اس طرح اپنی روحانی قوت (خودی) سے محروم ہو گئے ہیں: ؎

کس قدر تم پہ گراں صبح کی بیداری ہے
ہم سے کب پیار ہے، ہاں نیند تمھیں پیاری ہے

نفسیاتی اعتبار سے سحرخیز اور شب زندہ دار انسان کہیں زیادہ ذمہ دار، فرض شناس اور مستعد ہوتا ہے۔ نفس کے تقاضوں کو نظرانداز کرنا اور روح کی پکار پر لبیک کہنا کسی انسان کی فرض شناسی اور احساس ذمہ داری کی علامت ہے اور پھر یہ اہتمام اس کے اندر ضبط نفس کی صفت کو اور بھی بڑھاتا ہے۔ یوں شب بیداری، اس کے لیے بعض ایسے اخلاقی اور عملی اوصاف کا باعث بنتی ہے جن کا حصول کسی دوسرے ذریعے سے ممکن نہیں۔ شب زندہ دار اور سحرخیز انسان ایک ایسے راستے پر چل رہا ہوتا ہے جو اسے خود شناسی اور عرفانِ نفس کی منزل تک پہنچا دیتا ہے۔ (علامہ اقبالؒ کی اصطلاح میں اسی کا نام خودی ہے)۔

آخر میں اس امر کی وضاحت ضروری ہے کہ شب بیداری، سحرخیزی اور عبادت شب ایک ظاہری عمل ہے، اصل مقصود ضبط نفس اور قلب و روح کا تزکیہ و تربیت ہے۔ شب بیداری سے یہ مقصود حاصل ہونا چاہیے۔ ایسی عبادت اور شب بیداری ہی باطل قوتوں سے معرکہ آرائی کرنے والے مومن کے لیے سودمند ثابت ہو سکتی ہے ورنہ بہ قول اقبالؒ:

یہ ذکر نیم شبی، یہ مُراقبے، یہ سُرور
تری خودی کے نگہباں نہیں تو کچھ بھی نہیں
